



Muistikuu

Pasilan kirjastossa 1.-31.10.2024

Järjestäjä: Helsingin Muistiyhdistys ry & Helsingin ja Itä-Uudenmaan Muistiluotsi

Ti 1.10 klo 10-11 Muistikummituokio (S-Point, 1. krs)

Muistikummituokiossa on tarkoitus lisätä tietoa muistisairauksista ja innostaa ihmisiä tukemaan muistisairauteen sairastuneita ihmisiä lähiympäristössään.

Ke 9.10. klo 17-19.30 Ympäri vuorokautinen hoiva (auditorio, 2. krs)

Miten turvata itsesi tai läheisesi hoiva ympäri vuorokauden? Tule kuulemaan Helsingin kaupungin palveluneuvojan vinkit ja tutustumaan yksityisten hoivakotien palveluihin. Saat tietoa hakuprosessista ja vaihtoehdoista.

To 17.10. klo 10-11 Muistikahvila: Arjen aivojumppaa (S-Point, 1. krs)

Tule oppimaan, miten voit aktivoida aivojasi monipuolisesti arkisissa toiminnoissa.

To 31.10. klo 10-11 Muistikahvila: Puhutaan aivoterveystä (S-Point, 1. krs)

Tule kuulemaan mitkä tekijät vaikuttavat aivoterveysteen ja kuinka voit lisätä aivoterveystä tukevia valintoja arjessasi.

Tilaisuudet ovat kaikille avoimia ja veloitusettomia!



Helsingin kaupunginkirjasto

helmet.fi